IN

FaceFormer

Gebrauchsanweisung
Instructions for use
Mode d'emploi
Modo de empleo
Modalità d'uso

DENTAURUM

Gebrauchsanweisung

Einführung 5
Indikationen 7
Therapie 8
Anpassung 9
Darauf müssen Sie achten 10
Übungsplan 11
Gut zu wissen 12
Hygiene 13
Einprägen 13

Instructions for use

Introduction 16
Indications 18
Therapy 19
Adaptation 20
Points to watch out for 21
Excercises 22
Good to know 23
Hygiene 24
Keep in mind 24

Mode d'emploi

Introduction 27
Indications 29
Le traitement 30
Adaptation 31
Ce qu'il faut savoir 32
Programme d'exercices 33
Bon à savoir 34
Hygiène 35
Pensez-y 35

Modo de empleo

Introducción 38
Indicaciones 40
Terapia 41
Adaptación 42
Lo que deberá tenerse en cuenta 43
Ejercicios 44
Está bien saberlo 45
Higiene 46
Para memorizar 46

Modalità d'uso

Introduzione 49
Indicazioni 51
Terapia 52
Adattamento 53
Da tenere in considerazione 54
Programma di esercizi 55
Da sapere 56
Igiene 57
Da memorizzare 57

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde

Vielen Dank, dass Sie sich für ein Qualitätsprodukt aus dem Hause Dentaurum entschieden haben.

Damit Sie dieses Produkt sicher und einfach zum größtmöglichen Nutzen für sich und die Patienten einsetzen können, muss diese Gebrauchsanweisung sorgfältig gelesen und beachtet werden.

In einer Gebrauchsanweisung können nicht alle Gegebenheiten einer möglichen Anwendung beschrieben werden. Deshalb steht Ihnen unsere Hotline gerne für Fragen und Anregungen zur Verfügung.

Aufgrund der ständigen Weiterentwicklung unserer Produkte empfehlen wir Ihnen auch bei häufiger Verwendung des gleichen Produktes immer wieder das aufmerksame Durchlesen der jeweils aktuell beiliegenden bzw. im Internet unter www.dentaurum.de hinterlegten Gebrauchsanweisung.

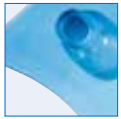
Hersteller

Dentaurum GmbH & Co. KG
Turnstr. 31 I 75228 Ispringen I Deutschland

Qualitätshinweise

Dentaurum versichert dem Anwender eine einwandfreie Qualität der Produkte. Der Inhalt dieser Gebrauchsanweisung beruht auf eigener Erfahrung. Der Anwender ist für die Verarbeitung der Produkte selbst verantwortlich. In Ermangelung einer Einflussnahme von Dentaurum auf die Verarbeitung besteht keine Haftung für fehlerhafte Ergebnisse.

Face Former



Die Face Former Therapie nach Berndsen/Berndsen ist ein ursachenorientiertes, neurophysiologisches Behandlungskonzept. Wichtige Elemente der Therapie sind:

- Aktivierung der Atmung, Funktionen der unteren und oberen Atemwege
- Aktivierungen interaktiver Muskelkettenfunktionen
- Anregung von Hirnnervenfunktionen
- Musterbildung im Gehirn
- Funktionskorrekturen
- Funktionsharmonisierung
- Stärkung der orofazialen u. pharyngealen Muskulatur
- Optimierung der cranio-cervicalen Balance und Sensomotorik
- Optimierung der Körperstatik
- Anregung des Metabolismus

Die Face Former Therapie beinhaltet Übungen zur An- und Entspannung von Muskeln, zur Funktionskorrektur und Funktionsumstellung sowie zur Aktivierung von Hirnnervenfunktionen. Geführte Bewegungen und Unterdruckbildung im Mund- und Rachenraum sind wichtige Elemente zur Erreichung dieser Ziele.

Die Therapie wirkt positiv auf Nervenfunktionen, Muskeln sowie auf das Hart- und Weichgewebe des orofazialen Systems. Angewendet wird sie bei orofazialen und cranio-mandibulären Dysfunktionen, myo- und neurofunktionellen Störungen, zur Korrektur und Stabilisierung von Kopf- und Körperstatik. Die Bildung neurophysiologischer Muster und Muskelkettenfunktionen, die für Kauen, Schlucken, Sprechen, Atmung, Zahnstellung sowie Mimik und Hautspannung von Bedeutung sind, werden entwickelt und optimiert. Die Wirksamkeit der Face Former-Therapie für die Kieferorthopädie, Zahnmedizin, Neurologie, Logopädie, Physiotherapie, in der Schmerztherapie und bei der Behandlung von Schnarchen und Schlafapnoe, konnte durch zahlreiche wissenschaftliche Studien[1,2] nachgewiesen werden. Positive Wirkungen stellten sich bereits nach kurzer Therapiezeit (2–3 Wochen) ein. Bei der „Neuro-Cell-Stimulation-Therapy" (Berndsen/Berndsen) ist die Anwendung des Face Formers wichtiger Bestandteil. In wissenschaftlichen Vergleichen mit anderen Methoden zeigte die Face Former-Therapie eine signifikante Dominanz.

[1] Nieke, B.; Korbmacher, H.; Berndsen, S. u.a.: Evaluation of a new concept of functional therapy supporting orthodontic treatment. The International Journal Of Orofacial Myology (IAOM, International Association Orofacial Myology). 30th Anniversary Edition, Volume XXX, Page 39-52, November 2004

[2] Kopp, S.; Berndsen, K.; Berndsen, S.; Ifert, F.; Langbein, U.: Initiale Therapie myogener Befunde im kranio-mandibulären System mit einem konfektionierten Intra-/extraoralen Trainingsgerät. In: Manuelle Medizin, Band 42, Heft 1, Springer Verlag, Berlin/Heidelberg, Februar 2004, 55-61

Neurophysiologischer Ansatz

Viele Indikationen

- Zahnfehlstellungen
- Kieferanomalien
- Zähneknirschen (Bruxismus)
- Kiefergelenksproblemen
- Vorbereitung und Adaption von Zahnprothetik und Zahnimplantaten
- Zungenfehlfunktionen
- Schluckstörungen (Dysphagien)
- Gestörten Kaufunktionen
- Abgewöhnen von Daumenlutschen, Lippenbeißen
- Muskelschwächen und Lähmungen der Mund-/Gesichtsregion
- Abgewöhnen von Mundatmung und Angewöhnen der Nasenatmung
- Schnarchen und Schlafapnoe
- Hörsturz, Tinnitus, Menière-Krankheit
- Druckausgleichsproblemen im Mittelohr
- Haut- und Muskelerschlaffung im Gesichtsbereich
- Gesichtsfaltenbildung, Doppelkinn etc.
- Kopf-, Gesichts-, Nackenschmerzen
- Neurologischen Störungen (Morbus Parkinson, Multiple Sklerose)
- Störungen der Hirnnervenfunktionen
- Diabetes mellitus
- Element der Neuro-Cell-Stimulation-Therapy

Face Former und Face Former-Therapie

Der Face Former ist das patentierte Übungsgerät für die Face Former-Therapie. Er ist ein Medizinprodukt, gefertigt aus weichem hochwertigen Silopren (kein Latex). Das Material ist für medizinische Anwendungen zugelassen, allergische Reaktionen darauf sind äußerst selten. Die Fertigung unterliegt einem hohen Qualitätsstandard und wird ständig überprüft. Der Face Former besteht aus einem Mundvorhofschild und einem Lippenkeil. Der Lippenkeil ist auf eine durchschnittliche Lippenkraft eingestellt. Fehlbelastungen mit negativen Auswirkungen auf das Funktionssystem des Gesichtes werden damit ausgeschlossen.
Die Face Former-Therapie unterstützt Behandlungen der Zahnmedizin, Kieferorthopädie, HNO-Medizin, Allgemein- und Inneren Medizin, Neurologie, Orthopädie, Pädiatrie, Dermatologie, Logopädie, Krankengymnastik, Ergotherapie u.a.

Erfolge können bereits nach sehr kurzer Zeit, wenigen Tagen, eintreten. Eine gute Entwicklung ist bei täglichem Training nach etwa 4–16 Wochen zu erwarten. Insgesamt soll die Therapie aber über 6 Monate (in speziellen Fällen auch länger) durchgeführt werden, um die neuen Bewegungs- und Verhaltensmuster zu automatisieren. Dadurch werden Rückfälle maßgeblich reduziert. In den ersten Trainingstagen können Muskelschmerzen im Gesicht (Muskelkater) auftreten. Um dies zu vermeiden, soll das Training behutsam aufgebaut werden:
In den ersten drei Tagen lediglich 3 x täglich 8–10 Wiederholungen der Grundübung und einer Zugübung.

Danach Steigerung auf 3 x täglich jeweils 20 x Grundübung + eine Zugübung! Nach ca. 2–3 Wochen, wenn sich eine spürbar bessere Nasenatmung eingestellt hat, wird der Face Former auch nachts angewendet.
Da sich zunächst Gewohnheiten umstellen müssen, ist es normal, dass der Face Former nachts unbemerkt herausgezogen wird. Das kann manchmal 2–3 Wochen immer wieder passieren. Erst, wenn der Face Former morgens noch an seinem Platz ist, wird die wichtige gewohnheitsmäßige Nasenatmung allmählich erreicht.

Face Former Anpassung

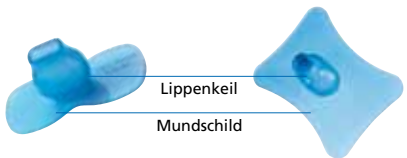
Face Former anatomical und individual

Face Former anatomical

Der Face Former anatomical wird in Normgröße geliefert und muss in der Regel nicht angepasst werden. Er ist das Standardtherapiegerät.

Face Former individual

Beim Face Former individual wird der Mundschild vor der Anwendung stets individuell an den Mundvorhof angepasst. Größe und Form werden dazu mit einer speziellen Schere zugeschnitten. Die Konsistenz des Materials lässt problemlos eine saubere Scherenschnittführung zu. Der Mundschild bleibt dabei so groß wie möglich, um eine optimale Druckverteilung und Unterdruckbildung im Mund und Rachenbereich zu gewährleisten. Anpassung und Materialbeschaffenheit sorgen für einen guten adhäsiven Halt und optimalen Tragekomfort.



Face Former anatomical
REF 074-101-00

Face Former individual
REF 074-100-00

Darauf müssen Sie achten!

So wird richtig trainiert!

Der Face Former wird in den Mundvorhof, hinter den Lippen vor den Zähnen, eingesetzt. Die Lippen sind leicht vorgestülpt. Der Lippenkeil ist nach außen gerichtet. (Abb. 1)

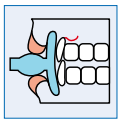


Abb. 1

Korrekte Position der Zunge!

Die Zungenspitze legt sich wenige Millimeter hinter den oberen Schneidezähnen an den Oberkiefer an. Markiert ist diese Stelle durch eine kleine natürliche Aufwölbung und Gaumenfalten. **Die Zunge hat keine Berührung mit den Schneidezähnen. Die so trainierte Zungenposition muss zur Gewohnheit werden, auch im Schlaf.** Das Training schafft die dazu notwendige Muskulatur. (Abb. 2)

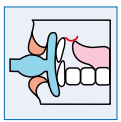


Abb. 2

Der Nacken ist gestreckt!

Kinn-/Halswinkel ca. 90 Grad. Schultergürtel stabilisiert sich allein durch Nackenstreckung und Kopfbalance. **Die so trainierte Kopfhaltung muss zur Gewohnheit werden.** (Abb. 3)

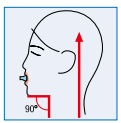


Abb. 3

Lippen zusammenpressen!

Mit den Lippen wird der Lippenkeil des Face Formers kräftig zusammengedrückt. Diese Anspannung wird 6 Sek. gehalten. Danach die Lippen für 6 Sek. entspannen. **Zungenposition und Nackenstreckung beibehalten.** (Abb. 4)

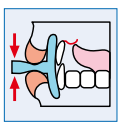


Abb. 4

Nasenatmung muss sein!

Innerhalb von 2–3 Wochen soll das regelmäßige Face Former-Training eine deutliche Verbesserung der Nasenatmung bewirken. Tritt dies spürbar ein, wird der Face Former mindestens 6 Monate auch nachts eingesetzt. **Ziel: Angewöhnen und Automatisieren der Nasenatmung.** (Abb. 5)

Achten Sie auf den Unterkiefer!

Der Unterkiefer darf beim Üben nicht vorgeschoben werden. Die unteren Schneidezähne sind hinter den oberen.

Abb. 5

Einfache Anwendung

Trainingsaufwand: 3 x täglich über den Tag verteilt (morgens, mittags, abends). In den ersten Tagen wird jeweils die Grundübung und eine Zugübung (zwischen den 3 Übungen wechseln) 3 x täglich 8–10 mal wiederholt.
Danach kombinieren Sie 3 x täglich die Grundübung mit mindestens einer Zugübung (wechseln) und beide 20 x wiederholen.
Auch wenn der gewünschte Erfolg schon nach wenigen Tagen oder Wochen eintritt, sollen die Übungen über 6 Monate weitergeführt werden. Nur so werden neue Bewegungs-/Verhaltensmuster automatisiert und Rückfälle vermieden.

Achtung: Bei allen Übungen gleichmäßig durch die Nase ein- und ausatmen.

Übung 1 – Grundübung

Die Lippen legen sich entspannt um den Lippenkeil. Jetzt wird der Lippenkeil kräftig mit den Lippen zusammengedrückt und 6 Sekunden in dieser Position gehalten. Danach löst sich der Lippendruck. Die Lippen liegen 6 Sekunden ohne Anspannung um den Lippenkeil. Zungen-, Kopf- und Kieferposition werden korrekt beibehalten.

Bild 1a Die Lippen fügen sich entspannt an den Lippenkeil an. Dabei sind sie leicht vorgestülpt (Kussmund).

Bild 1b Die Lippen pressen den Lippenkeil kräftig zusammen.

Zugübungen 2/3/4

An- und Entspannung der Muskeln wird durch Unterdruckbildung im Mund/Rachen ergänzt. Das ist wichtig für den Erfolg!

- Mit zwei Fingern wird der Lippenkeil nach vorne (Übung 2), nach unten (Übung 3) und nach oben (Übung 4) gezogen. Der Zug wird 6 Sekunden gehalten.
- Beim Ziehen wird der Lippenkeil mit den Lippen zusammengepresst und der Mundschild kräftig angesaugt (hohe Unterdruckbildung im Mund).
- Nach 6 Sekunden die Spannung noch halten, kurz auf die Backenzähne beißen und einmal schlucken. Beim Ziehen und Schlucken konzentriert die korrekte Zungen-, Unterkiefer- und Kopfposition beibehalten. Danach wieder 6 Sekunden die Lippen entspannen. Alle Positionen immer beibehalten.

Übung 1a

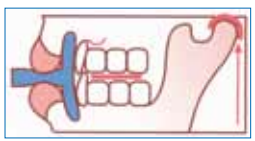
Übung 1b

Übung 2

Übung 3

Übung 4

Gut zu wissen



Beim Zusammenpressen des Lippenkeils haben die Zahnreihen keinen Kontakt. Sie sind in einer Schwebeposition. Dabei werden die Kiefergelenke entlastet. Der Unterkiefer zentriert sich, wodurch ein harmonisches Training der Gesichtshälften möglich wird. Durch die Harmonisierung wird Zähneknirschen und Zähnepressen erheblich reduziert und sogar aufgehoben[1].

[1] Berndsen, K.; Berndsen, S, Kopp, St..: Bruxism: Diagnosis and new ways of functional treatment by the Face Former Therapy. Journal of Orofacial Orthopedics, V. 70, Issue 5, 9.2009, S. 430

Hygiene

Der Face Former ist einfach zu reinigen durch Abspülen unter heißem Wasser. Eine Zahnbürste kann gegebenenfalls zu Hilfe genommen werden. Darüber hinaus ist es möglich, den Face Former bei Bedarf in kochendem Wasser zu reinigen.

Einprägen!

Das muss zur Gewohnheit werden:

Zungenspitze nach oben

Nackenstreckung

Face Former-Training

Bitte Etikett beachten. Zusätzliche Hinweise finden Sie im Internet unter www.dentaurum.de (Erklärung der Etikettensymbole REF 989-313-00).

Stand der Information: 08/15
Änderungen vorbehalten

Dear Customer

Thank you for choosing this high-quality product from Dentaurum.

In order to achieve the best results with this product, it is important to carefully study and follow these instructions for use.

The written instructions cannot cover all possible situations that can occur during use. For this reason, our hotline is available to answer any other questions or concerns that may arise.

Due to constant developments, we recommend, even when using the same products regularly, that you study the enclosed current instructions for use or refer to our website at www.dentaurum.de.

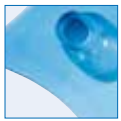
Manufacturer

Dentaurum GmbH & Co. KG
Turnstr. 31 I 75228 Ispringen I Germany

With reference to our quality standards

Dentaurum ensures a faultless quality of the products manufactured by us. These recommendations are based upon our own experiences. The user himself is responsible for the processing of the products. Responsibility for failures cannot be taken, as we have no influence on the processing on site.

Face Former



The Face Former therapy, named after Berndsen/Berndsen, is a neuro-physiological concept which treats the cause behind a problem. Important elements of the therapy are:

- Activation of breathing, functions of the lower and upper airways
- Activation of interactive muscle chain functions
- Stimulation of cranial nerve functions
- Pattern formation in the brain
- Function corrections
- Function harmonisation
- Strengthening of orofacial and pharyngeal musculature
- Optimisation of craniocervical balance and sensomotoric
- Optimisation of body balance
- Stimulation of metabolism

Face Former therapy involves exercises for tensing and relaxing muscles, correction of functions and functional changes as well as activation of cranial nerve functions. Guided movements and negative pressure build-up in the mouth and pharyngeal cavity are essential elements for achieving these aims.

The therapy has a positive effect on nerve functions, muscles as well as the hard and soft tissue of the orofacial system. It is used for orofacial and craniomandibular dysfunctions, myofunctional and neurofunctional disorders, for correction and stabilisation of head and body statics. The formation of neurophysiological patterns and muscle chain functions, which are important for chewing, swallowing, speaking, breathing, tooth alignment as well as facial expressions and toning the skin, is developed and optimised. The efficacy of Face Former therapy in orthodontics, neurology, speech therapy, physiotherapy, pain management and in the treatment of snoring and sleep apnoea has been proven in numerous scientific studies[1,2]. There is a positive effect after only a short period of treatment (2–3 weeks). Face Former use is an important component in neuro cell stimulation therapy (Berndsen/Berndsen). In scientific comparisons with other methods the Face Former therapy exhibited significant dominance.

[1] Nieke, B.; Korbmacher, H.; Berndsen, S. u.a.: Evaluation of a new concept of functional therapy supporting orthodontic treatment. The International Journal Of Orofacial Myology (IAOM, International Association Orofacial Myology). 30th Anniversary Edition, Volume XXX, Page 39-52, November 2004

[2] Kopp, S.; Berndsen, K.; Berndsen, S.; Ifert, F.; Langbein, U.: Initiale Therapie myogener Befunde im kraniomandibulären System mit einem konfektionierten Intra-/extraoralen Trainingsgerät. In: Manuelle Medizin, Band 42, Heft 1, Springer Verlag, Berlin/Heidelberg, Februar 2004, 55-61

Neuro-physiological Assessment

Various Indications

- Malalignment of the teeth
- Anomalies of the jaw
- Tooth grinding (Bruxism)
- Problems of the temporomandibular joint
- In preparation for, and adaptation of dental restorations and dental implants
- Tongue malfunctions
- Difficulty in swallowing (Dysphagia)
- Difficulty in chewing (Dysfunctional mastication)
- To break a habit such as thumb sucking, lip sucking
- Muscle weakness and paralysis of the mouth and/or face
- To Stop mouth breathing and increase nose breathing
- Snoring and sleep apnoea
- Sudden loss of hearing, tinnitus, Menière's syndrome
- Difficulties in pressure balance in the middle ear
- Slack skin and muscles in the facial region
- Development of facial wrinkles, double chin etc.
- Head, face and neck pain
- Neurological disorders (Morbus Parkinson, multiple sclerosis)
- Cranial nerve function disorders
- Diabetes mellitus
- Component of neuro cell stimulation therapy

Face Former and Face Former therapy

The Face Former is a patented training device for Face Former therapy. It is a medical product made of soft high-quality Silopren (no latex). The material has been approved for medical use; allergic reactions to the material are extremely rare. Production is subject to a high standard of quality and is constantly monitored. The Face Former consists of a labial vestibular mouth shield and a lip wedge. The lip wedge is preset to an average lip force and therefore eliminates incorrect loading with negative effects on the facial function system. Face Former therapy supports treatment in dentistry, orthodontics, ENT medicine, general and internal medicine, neurology, orthopaedics, paediatrics, dermatology, speech therapy, physiotherapy, ergotherapy etc.

Therapy can be successful after only a very short period; a few days. Marked improvement can be expected with daily training after approximately 4–16 weeks. The therapy should, however, be continued for 6 months in total (even longer in certain cases) to ensure new movement and behaviour patterns become automatic responses. This considerably reduces relapses. Facial muscle pain (muscle soreness) may occur during the first days of training. Training should be built up gradually in order to avoid muscle pain:
In the first three days only 3 x daily with 8–10 repetitions of the basic exercise and one tension exercise.

Then increase training to 3 x daily with 20 x basic exercise + one tension exercise each! Once there is a marked improvement in nasal breathing, the Face Former should also be used during the night after approx. 2–3 weeks. As habits have to be changed initially, it is normal that the Face Former will be removed unnoticed during the night. This may sometimes continue for 2–3 weeks. The essential habitual nasal breathing is only gradually achieved if the Face Former is still in position in the morning.

Face Former adaptation

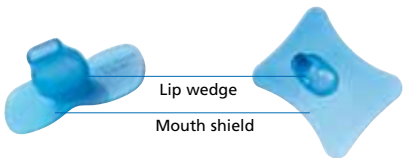
Face Former anatomical and individual

Face Former anatomical

Face Former anatomical is supplied in a standard size and generally does not have to be adapted. It is the standard therapy appliance.

Face Former individual

The mouth shield of the Face Former individual must always be custom fitted to the oral vestibule before use. The size and shape are adapted using a special pair of scissors. The texture of the material enables the mouth shield to be easily and cleanly cut with the scissors. The mouth shield should be kept as large as possible to guarantee optimal pressure distribution and negative pressure build-up in the mouth and pharyngeal cavity. Adaptation and material texture ensure excellent adhesive retention and optimal intraoral comfort.



Face Former anatomical
REF 074-101-00

Face Former individual
REF 074-100-00

Points to watch out for!

Correct exercise!

The Face Former is inserted into the oral vestibule, behind the lips and in front of the teeth. The lips are placed over the top. The lip wedge must face towards the outside. (Fig. 1)

Tongue in the correct position!

The tip of the tongue should be placed a few millimetres behind the upper incisors on the upper palate. This area is marked by a small natural curvature and palatine rugae. **The tongue should not come into contact with the incisors. The tongue position should be trained until it becomes habitual, even during sleep.** Training creates the necessary musculature. (Fig. 2)

A straight neck!

Make sure the chin/neck angle is approx. 90°. Straightening the neck and head posture stabilises the shoulder girdle. **This posture must become routine.** (Fig. 3)

Lips pressed together!

Press the lips together tightly onto the wedge of the Face Former, and hold in that position for 6 seconds. Then relax for 6 seconds. **Keep the tongue in the correct position and a straight neck throughout.** (Fig. 4)

Nose breathing is a necessity!

Regular Face Former training should considerably improve nasal breathing within 2–3 weeks. If there is a marked improvement, the Face Former should also be used during the night for a minimum of 6 months. Target: Breaking the mouth breathing habit and making nasal breathing automatic. (Fig. 5)

Check the lower jaw (mandible)!

Do not push the lower jaw outward during exercise. The lower front teeth must be behind the upper front teeth.

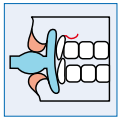


Fig. 1

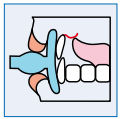


Fig. 2

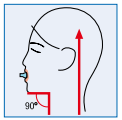


Fig. 3

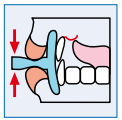


Fig. 4

Fig. 5

Easy to use

Training times: 3 x daily distributed throughout the course of the day (morning, midday, evening). In the first days the basic exercise and a tension exercise (alternate between the 3 exercises) are each repeated 3 x daily 8–10 times.
Then combine the basic exercise 3 x daily with at least one tension exercise (alternate) and repeat both exercises 20 x.
The exercises should be continued for 6 months, even if the required outcome is already achieved after a few days or weeks. This is the only way to ensure that new movement/behaviour patterns become automatic responses and to avoid relapses.

Note: Breath in and out uniformly through the nose during all exercises.

Exercise 1 – Basic exercise

Relax the lips and place them around the lip wedge. Press the lip wedge together tightly with the lips and maintain this position for 6 seconds. Then release the lip pressure. The lips should rest without tension around the lip wedge for 6 seconds. Maintain the correct tongue, head and jaw position.

Figure 1a The lips sit relaxed around the lip wedge and are pushed slightly forward (puckered lips).

Figure 1b The lips press the lip wedge together tightly.

Tension exercises 2/3/4

Tensing and relaxing of the muscles is enhanced by negative pressure build-up in the mouth. This is important for the success of the therapy!

- Pull the lip wedge forward with two fingers (exercise 2), downwards (exercise 3) and upwards (exercise 4). Maintain tension for 6 seconds.
- When it is pulled, the lip wedge is pressed together with the lips and a high degree of suction is exerted on the mouth shield (high negative pressure build-up in the mouth).
- After 6 seconds maintain the tension, bite briefly on the posterior teeth and swallow once. Concentrate on maintaining the correct position of the tongue, lower jaw and head during pulling and swallowing. Then relax the lips again for 6 seconds. Always maintain all the positions.

Exercise 1a

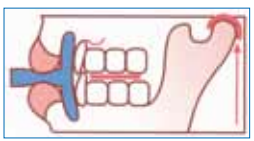
Exercise 1b

Exercise 2

Exercise 3

Exercise 4

Good to know



The upper and lower dental arches do not come into contact when pressing the lip wedge together. They are suspended in mid air. The lower jaw centres, which enables harmonised training of both sides of the face. Harmonisation considerably reduces and even eliminates bruxism and tooth clenching[1].

[1] Berndsen, K.; Berndsen, S, Kopp, St..: Bruxism: Diagnosis and new ways of functional treatment by the Face Former Therapy. Journal of Orofacial Orthopedics, V. 70, Issue 5, 9.2009, S. 430

Hygiene

The Face Former is easily cleaned by rinsing with hot water. A toothbrush can be used when cleaning if necessary. If necessary, the Face Former can also be boiled in water.

Keep in mind!

The following should become habitual:

Tongue tip pointing upwards

Straightening the neck

Face Former training

⚠ Please refer to the label. Additional information can be found at www.dentaurum.de (Explanation of label symbols REF 989-313-00).

Date of information: 08/15
Subject to modifications

Chère Cliente, Cher Client

Nous vous remercions d'avoir choisi un produit de la qualité Dentaurum.

Pour une utilisation sûre et pour que vous et vos patients puissiez profiter pleinement des divers champs d'utilisation que couvre ce produit, nous vous conseillons de lire très attentivement son mode d'emploi et d'en respecter toutes les instructions.

Ne pouvant décrire tous les aspects résultant de l'utilisation de ce produit dans un mode d'emploi, les techniciens de notre support technique sont à votre service pour répondre à vos questions et prendre note de vos suggestions.

En raison du développement constant de nos produits, nous vous recommandons, malgré l'utilisation fréquente du même produit, la relecture attentive du mode d'emploi actualisé joint (cf. également sur internet sous www.dentaurum.de).

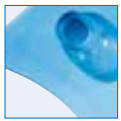
Fabricant

Dentaurum GmbH & Co. KG
Turnstr. 31 I 75228 Ispringen I Allemagne

Remarques au sujet de la qualité

Dentaurum garantit à l'utilisateur une qualité irréprochable des produits. Le contenu du présent mode d'emploi repose sur notre propre expérience. L'utilisateur est personnellement responsable de la mise en œuvre des produits. N'ayant aucune influence sur leur manipulation par ce dernier, Dentaurum ne peut être tenu pour responsable de résultats inexacts.

Face Former



La thérapie par écrans labiaux d'après Berndsen/Berndsen est un concept de traitement neurophysiologique dont l'approche vise à traiter le problème directement à sa source. Principales indications de cette thérapie :

- Activation de la respiration, des fonctions des voies respiratoires inférieures et supérieures
- Activation des fonctions interactives des chaines musculaires
- Stimulation des fonctions neuro-cérébrales
- Constitution de schémas cérébraux
- Corrections de la fonction
- Harmonisation de la fonction
- Développement de la musculature orofaciale et pharyngée
- Optimisation de l'équilibre cranio-cervical et sensorio-moteur
- Optimisation de la position statique du corps
- Stimulation du métabolisme

Le traitement avec le Face Former consiste à faire des exercices de tension et de détente musculaires, de correction et d'adaptation fonctionnelles, et de stimulation des fonctions neurocérébrales. Ces objectifs thérapeutiques sont atteints en effectuant des mouvements guidés et en créant une dépression à l'intérieur de la cavité buccale et au niveau du pharynx.

Ce traitement a des effets positifs sur les fonctions neurologiques et les muscles, ainsi que sur les tissus durs et les tissus mous de la sphère orofaciale. Il est indiqué pour les dysfonctionnements orofaciaux/crânio-mandibulaires et les troubles musculaires/neurofonctionnels. Il permet de corriger et de stabiliser la position statique de la tête et du corps. Et aussi d'améliorer les schémas neurologiques et les fonctions musculaires importantes pour : la mastication, la déglutition, la phonation, la respiration, le positionnement des unités dentaires, et l'expression du visage/les contractions cutanées. L'efficacité thérapeutique du « Face Former » dans les domaines suivants : orthodontie, chirurgie dentaire, neurologie, logopédie, physiothérapie, soulagement des douleurs, traitement du ronflement et de l'apnée du sommeil, est attestée par les résultats de nombreuses études scientifiques[1, 2]. Les premiers effets positifs du traitement apparaissent dès les 2 à 3 premières semaines. Le « Face Former » est une composante essentielle de la technique thérapeutique « Neuro-Cell-Stimulation-Therapy » (Berndsen/Berndsen). Des études scientifiques comparatives ont par ailleurs montré que, comparé à d'autres méthodes thérapeutiques, le « Face Former » était l´un des plus performants.

[1] Nieke, B.; Korbmacher, H.; Berndsen, S. u.a.: Evaluation of a new concept of functional therapy supporting orthodontic treatment. The International Journal Of Orofacial Myology (IAOM, International Association Orofacial Myology). 30th Anniversary Edition, Volume XXX, Page 39-52, November 2004

[2] Kopp, S.; Berndsen, K.; Berndsen, S.; Ifert, F.; Langbein, U.: Initiale Therapie myogener Befunde im kranio-mandibulären System mit einem konfektionierten Intra-/extraoralen Trainingsgerät. In: Manuelle Medizin, Band 42, Heft 1, Springer Verlag, Berlin/Heidelberg, Februar 2004, 55-61

Approche neurophysiologique

Nombreuses indications

- Torsiversions
- Anomalies maxillaires
- Grincement des dents (bruxisme)
- Problèmes des articulations de la mâchoire
- Soins prothétiques et par implantation (préparation et adaptation)
- Dysfonctionnements linguales
- Dysphagie
- Fonctions masticatrices perturbées
- Suppression de la succion du pouce, mordillement des lèvres
- Faiblesses musculaires et paralysie des muscles orofaciaux
- Passage de la respiration buccale à la respiration nasale
- Ronflement et apnée du sommeil
- Pertes auditives brutales, acouphènes (tinnitus), maladie de Ménière
- Problèmes de compensation de pression dans l'oreille moyenne
- Formation de rides faciales, d'un double menton
- Atonie de la peau et de la musculature faciale
- Maux de tête, de visage, de la nuque
- Troubles neurologiques (maladie de Parkinson, sclérose multiple)
- Troubles neurocérébraux
- Diabète sucré
- Composante du traitement de stimulation neurocellulaire (Neuro-Cell-Stimulation-Therapy)

Face Former et Face Former-thérapie

L'appareil à usage thérapeutique « Face Former » (système breveté) est un produit médical en siloprène souple et de haute qualité (produit sans latex). Il s'agit là d'un matériau autorisé pour les applications médicales. Les cas de réaction d'allergique à ce matériau sont extrêmement rares. Cet appareil est par ailleurs soumis à des contrôles qualité très stricts au cours de sa fabrication, et fait l'objet d'un suivi permanent. Il se compose d'un bouclier vestibulaire et d'un coin labial. Ce dernier est réglé sur une force labiale moyenne. Ce qui exclut le risque de sollicitations indésirables du système fonctionnel du visage. Le « Face Former » est indiqué pour les traitements thérapeutiques dans les domaines suivants : médecine dentaire, ODF, ORL, médecine générale et interne, neurologie, orthopédie, pédiatrie, dermatologie, logopédie, kinésithérapie, ergothérapie, etc.

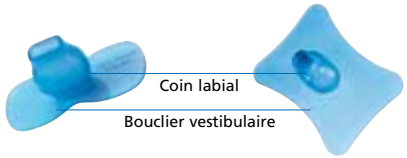
Les premières améliorations peuvent être obtenues rapidement, en quelques jours. En faisant quotidiennement des exercices avec l'appareil, on parvient à une situation satisfaisante en 4 à 16 semaines environ. Si nécessaire pour obtenir un automatisme correct des nouveaux schémas cinématiques et comportementaux, la durée du traitement peut être portée 6 mois voire plus dans certains cas bien spécifiques – ce qui limite considérablement les risques de récidive. Les premiers jours, l'appareil peut générer des douleurs musculaires (crampes) au niveau de la face. Pour écarter ce risque, l'entraînement devra commencer doucement les trois premiers jours, c'est-à-dire :
Trois fois par jour : répétition de l'exercice de base 8 à 10 fois + 1exercice de traction.

Ensuite, trois fois par jour : 20 fois l'exercice de base + un exercice de traction. Puis, au bout de 2 à 3 semaines environ, quand la respiration nasale s'est améliorée de façon perceptible : porter le « Face Former » aussi pendant la nuit.
Étant donné que dans un premier temps un changement au niveau des habitudes doit se faire, il est normal qu´au début, pendant la nuit, le Face Former se défasse sans que l'on s'en rende compte. Cela peut arriver de temps en temps pendant les 2 ou 3 premières semaines. La respiration nasale coutumière requise s'installe progressivement à partir du moment où l'on constate que le matin le « Face Former » est toujours en place.

Adaptation du Face Former au patient
(version « anatomical » et « individual »)

Le Face Former anatomical
Le Face Former « anatomical » présente des dimensions standard. Il n'est en général pas nécessaire de le modifier pour l'adapter au patient. C'est l'appareil thérapeutique de type « standard ».

Le Face Former individual
Concernant le Face Former version « individual » : le bouclier vestibulaire doit être adapté à la morphologie vestibulaire. Cela s'effectue en le taillant avec une paire de ciseaux adéquate de façon à lui donner la forme et des dimensions requises. De par sa consistance, le matériau du Face Former est facile à couper et ce, de façon impeccable. Le bouclier vestibulaire doit être le plus grand possible afin de garantir une répartition optimale des forces de pression, et de permettre une dépressurisation optimale de la cavité buccale et du pharynx. L'adaptabilité de l'appareil et le matériau dont il est constitué sont par ailleurs garants d'une fixation adhésive efficace, et d'un confort optimal pour le patient.



Face Former anatomical
REF 074-101-00

Face Former individual
REF 074-100-00

Les exercices indispensables

Prendre la bonne attitude

Le bouclier du Face Former est placé dans le vestibulaire, derrière les lèvres et devant les arcades dentaires. Le coin labial se situe entre les lèvres et est dirigé vers l'extérieur de la bouche. Les lèvres sont légèrement repoussées en avant. (Fig. 1)

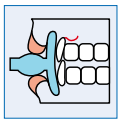


Fig. 1

Trouver la bonne position de la langue

La pointe de la langue vient se plaquer contre le maxillaire supérieur. Elle est en retrait de quelques millimètres par rapport aux incisives (maxillaires). Cette zone du palais est plissée et présente un léger bombé. **La langue ne touche pas les incisives. Cette position linguale obtenue à force d'entrainement, doit devenir une habitude, y compris pendant le sommeil.** La musculature requise est obtenue par l'entraînement thérapeutique prévu à cet effet. (Fig. 2)

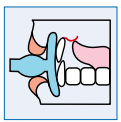


Fig. 2

Maintenir la nuque droite

L'angle entre le menton et le cou doit être de 90°. L'angle entre la tête et l'épaule se stabilise de lui-même par élongation de la nuque et positionnement équilibré de la tête. **Cette position de la tête doit devenir une habitude.** (Fig. 3)

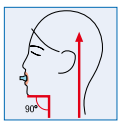


Fig. 3

Serrer les lèvres

Serrer fortement le coin labial du Face Former avec les lèvres et maintenir cette pression durant 6 secondes. Ensuite relâcher les lèvres durant 6 secondes **tout en maintenant la position de la nuque et de la langue.** (Fig. 4)

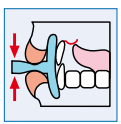


Fig. 4

Respirer par le nez

Normalement, au bout de 2 à 3 semaines d'entraînement régulier avec le Face Former, la respiration nasale doit être meilleure. Dès que cette amélioration est très nette, le Face Former doit être porté aussi pendant la nuit, durant au moins 6 mois. L'objectif étant de faire en sorte que la nouvelle respiration nasale devienne une habitude, un automatisme. (Fig. 5)

Trouver la bonne position du mandibule

Eviter de propulser le mandibule lors de l'entraînement. Les incisives inférieures doivent être derrière les supérieures.

Fig. 5

Exercices simples

Effectuer l'entraînement suivant : les premiers jours, 3 fois par jour (1 x matin, 1 x midi et 1 x soir) : exercice de base + 1 exercice de traction (alterner les 3 exercices de traction) x 8–10 fois par séance.
Ensuite, 3 fois par jour : exercice de base + au moins un exercice de traction (alterner) et les répéter 20 fois.
Même si le résultat souhaité est déjà obtenu au bout de quelques jours ou semaines, continuer les exercices pendant 6 mois. Cela, afin que les schémas cinématiques/comportementaux deviennent des automatismes, et d'éviter les risques de récidive.

Très important ! : faire chaque exercice en inspirant et expirant bien par le nez, de façon régulière.

1er exercice (exercice de base)

Refermer les lèvres sur le coin labial. Elles doivent être détendues. Ensuite, comprimer fortement le coin labial avec les lèvres et tenir cette position pendant 6 secondes. Ensuite relâcher la pression exercée par les lèvres, en les laissant « détendues » autour du coin labial pendant 6 secondes. La position de la langue, de la tête et des maxillaires doit rester correcte.

Fig. 1a On referme les lèvres sur le coin labial. Elles sont en position légèrement avancée (position du baiser).

Fig. 1b Ensuite, on les comprime fermement sur le coin labial.

Exercices de traction 2/3/4

Contraction et relâchement des muscles, avec dépressurisation de la cavité vestibulaire et du pharynx !

- Avec deux doigts, tirer le coin labial vers l'avant (exercice 2), vers le bas (exercice 3) et vers le haut (exercice 4). Maintenir la traction 6 secondes.
- La traction exercée a pour effet de plaquer fermement le coin labial contre les lèvres, et de faire en sorte que l'écran vestibulaire fasse aspiration, afin de fortement dépressuriser la cavité buccale.
- Maintenir la tension pendant encore 6 secondes puis mordre brièvement avec les dents postérieures et avaler une fois. Pendant la traction et l'acte d'avaler : bien veiller à ce que la position de langue, du maxillaire inférieur et de la tête reste correcte. Ensuite, relâcher les lèvres pendant 6 secondes. Il est important de bien garder chacune des positions.

Exercice 1a

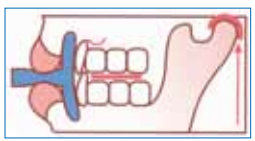
Exercice 1b

Exercice 2

Exercice 3

Exercice 4

Bon à savoir !



Quand le coin labial est serré avec les lèvres, les arcades dentaires ne sont pas en contact entre elles. Elles sont pour ainsi dire « flottantes ». Les articulations temporo-mandibulaires sont par conséquent détendues. La mandibule, elle, est en position centrée, d'où un entraînement harmonieux de chaque moitié du visage. Cette harmonisation permet de considérablement réduire voire même de supprimer le grincement de dents, les pressions inter arcades excessives[1].

[1] Berndsen, K.; Berndsen, S, Kopp, St..: Bruxism: Diagnosis and new ways of functional treatment by the Face Former Therapy. Journal of Orofacial Orthopedics, V. 70, Issue 5, 9.2009, S. 430

Hygiène

Le Face Former est facile à nettoyer en le passant sous l'eau chaude. Le cas échéant, on s'aidera d'une brosse à dent. Si besoin est, le Face Former peut être mis à bouillir.

Pensez-y !

Ceci doit devenir une habitude :

Relever le bout de la langue

Bien étirer la nuque

Bien s'entrainer avec le « Face Former »

⚠ Référez-vous à l'étiquette. Pour des renseignements supplémentaires, rendez-vous sur notre site Internet www.dentaurum.de (Explication des symboles de l'étiquette REF 989-313-00).

Mise à jour : 08/15
Sous réserve de modifications

Estimado cliente

Mucho le agradecemos que se haya decidido usted por un producto de calidad de la casa Dentaurum.

Para que usted pueda emplear este producto de forma segura y fácil y obtener los mayores beneficios posibles del mismo para usted y los pacientes, debe ser leido detenidamente y observado este modo de empleo.

En un modo de empleo no pueden ser descritos todos los datos y pormenores de una posible aplicación o utilización. Por eso nuestra línea telefónica directa (Hotline) está a su disposición para preguntas o sugerencias.

Debido al permanente desarrollo de nuestros productos, recomendamos leer una y otra vez atentamente el modo de empleo actualizado anexo al producto o bien el modo de empleo que Ud. encontrará en internet en www.dentaurum.de, aún cuando Ud. utilice el mismo producto frecuentemente.

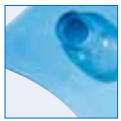
Fabricante

Dentaurum GmbH & Co. KG
Turnstr. 31 I 75228 Ispringen I Alemania

Observaciones sobre la calidad

Dentaurum garantiza al usuario una calidad impecable de los productos. Las indicaciones en este modo de empleo se basan en experiencias propias. El usuario mismo tiene la responsabilidad de trabajar correctamente con los productos. No respondemos por resultados incorrectos, debido a que Dentaurum no tiene influencia alguna en la forma de utilización por el usuario.

Face Former



La terapia con el Face Former según Berndsen/Berndsen es un concepto de tratamiento neurofisiológico, orientado a la causa. Importantes elementos de la terapia son:

- Activación de la respiración, funciones de las vias respiratorias inferiores y superiores.
- Activaciones interactivas de las miofunciones
- Estimulación de las funciones del nervio craneano
- Formación de hábitos en el cerebro
- Correcciones funcionales
- Armonización de funciones
- Fortalecimiento de la musculatura orofacial y faríngea
- Optimización del equilibrio craneocervical y del sensomotor
- Optimización de la estática del cuerpo
- Estimulación del metabolismo

La terapia del Face Former incluye ejercicios para la tensión y relajación de músculos, para la corrección y readaptación de funciones, así como para la activación de las funciones del nervio craneano. Los movimientos realizados y la formación de depresión o succión en boca y en el espacio faríngeo son elementos importantes para alcanzar esos objetivos.

La terapia surte efecto positivo en funciones nerviosas, musculatura, así como en el tejido duro y blando del sistema orofacial. Se emplea en disfunciones orofaciales y craneomandibulares, trastornos miofuncionales, para la corrección y estabilización de la estática del cuerpo y de la cabeza. Se desarrolla y se optimiza la formación de hábitos neurológicos y funciones musculares, que son importantes para la masticación, deglución, lenguaje, respiración, posición de los dientes, así como para la mímica y tensión de la piel. La eficacia de la terapia del Face Former para ortodoncia, odontología, neurología, logopedia, fisioterapia, analgesioterapia, y en el tratamiento del hábito de roncar y de la apnea del sueño ha podido ser documentado y comprobado en numerosos estudios científicos[1,2]. Resultados positivos aparecen ya al cabo del poco tiempo de iniciar el tratamiento (a las 2–3 semanas). En la „Neuro Cell Stimulation Therapy“ (Berndsen/Berndsen) el empleo del Face Former es un componente esencial. En comparación con otros métodos científicos la terapia del Face Former mantiene una preponderancia significativa.

[1] Nieke, B.; Korbmacher, H.; Berndsen, S. u.a.: Evaluation of a new concept of functional therapy supporting orthodontic treatment. The International Journal Of Orofacial Myology (IAOM, International Association Orofacial Myology). 30th Anniversary Edition, Volume XXX, Page 39-52, November 2004

[2] Kopp, S.; Berndsen, K.; Berndsen, S.; Ifert, F.; Langbein, U.: Initiale Therapie myogener Befunde im kranio-mandibulären System mit einem konfektionierten Intra-/extraoralen Trainingsgerät. In: Manuelle Medizin, Band 42, Heft 1, Springer Verlag, Berlin/Heidelberg, Februar 2004, 55-61

Inserción neurofisiológica

Muchas indicaciones

- Malposiciones dentales
- Anomalías de los maxilares
- Estridor dentario (bruxismo)
- Problemas en la articulación temporomandibular
- Preparación y adaptación de la rehabilitación con prótesis dental y con implantes
- Trastornos funcionales de la lengua
- Trastornos de la deglución (disfagias)
- Funciones masticatorias alteradas
- Supresión del hábito de succión del pulgar, mordedura de labios
- Debilidad muscular y parálisis de las zonas bucales/faciales
- Cambio de respiración bucal a respiración nasal
- Ronquidos, apnea del sueño
- Sordera apopletiforme, tínitus, síndrome de Menière
- Dificultades de compensación de presión en el oido medio
- Laxitud de piel y músculos de la cara
- Formación de arrugas en la cara, doble mentón
- Dolores de cabeza, cara, nuca
- Trastornos neurológicos (morbus Parkinson, multiple esclerosis)
- Trastornos de las funciones del nervio craneano
- Diabetes mellitus
- Elemento de la Neuro Cell Stimulation Therapy

Face Former y terapia con el Face Former

El Face Former es un aparato patentado para realizar ejercicios en la terapia del Face Former. Es un producto médico, hecho de silopreno blando de alta calidad (no de látex). Está permitido usar este material para empleos médicos, reacciones alérgicas al mismo son muy raras. La fabricación está sometida a un alto estándard de calidad y a un control permanente. EL Face Former consta de un escudo o pantalla para el vestíbulo oral y de una cuña labial. La cuña labial está ajustada a la fuerza media de los labios. Así se suprimen sobrecargas erróneas con efectos negativos en el sistema funcional de la cara. La terapia del Face Former ayuda en los tratamientos de la odontología, ortodoncia, otorrinolaringología, medicina interna y general, neurología, ortopedia, pediatría, dermatología, logopedia, fisioterapia, ergoterapia y otros.

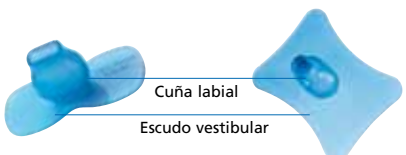
Éxitos pueden conseguirse ya en breve tiempo, a los pocos dias del tratamiento. Un buen desarrollo es de esperar al cabo de unas 4–16 semanas con un entrenamiento diario. En total la terapia debe realizarse durante 6 meses (en casos especiales aún por más tiempo), para automatizar el hábito ejemplar de comportamiento y los nuevos movimientos. Así se reducen recidivas de manera más eficiente. En los primeros dias del entrenamiento puede surgir dolor muscular en la cara (agujetas). Para evitarlo, el entrenamiento deberá realizarse con precaución: En los tres primeros dias sólo 3 veces por dia 8–10 repeticiones del ejercicio básico y un ejercicio de tracción.

Seguidamente aumentar a 3 veces por dia 20 x el ejercicio básico + un ejercicio de tracción respectivamente. Después de unas 2 a 3 semanas, una vez que se ha conseguido una considerable mejora de la respiración nasal, el Face Former será utilizado también durante la noche. Como primeramente el paciente tiene que acostumbrarse, es normal que el Face Former se saque durante la noche sin notarlo. Esto puede suceder siempre de nuevo durante 2–3 semanas. Sólo cuando el Face Former esté en su sitio por la mañana se está consiguiendo poco a poco el importante hábito de respirar por la nariz.

Adaptación del Face Former
Face Former anatomical e individual

Face Former anatomical
El Face Former anatomical se suministra en el tamaño normalizado y generalmente no hay que adaptarlo. Se trata del aparato de la terapia standard.

Face Former individual
En el caso del Face Former individual hay que adaptar siempre de forma individual el escudo al vestíbulo oral antes de su aplicación. Tamaño y forma se recortan con unas tijeras especiales. La consistencia del material permite un corte limpio y exacto con las tijeras. El escudo oral se mantiene lo más grande posible, para garantizar una óptima distribución de la presión y la formación de succión en boca y en la zona faríngea. La adaptación y la calidad del material procuran una estabilidad adhesiva y una comodidad óptima para el paciente al llevar puesto el aparato.



Face Former anatomical
REF 074-101-00

Face Former individual
REF 074-100-00

¡ Se deberá tener en cuenta lo siguiente !

¡Así se hacen los ejercicios correctamente!
El Face Former se coloca en el vestíbulo bucal, detrás de los labios, delante de los dientes. Los labios quedan ligeramente vueltos hacia adelante y la cuña labial dirigida hacia afuera. (Fig.1)

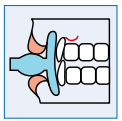


Fig. 1

¡Correcta posición de la lengua!
La punta de la lengua queda a pocos milímetros detrás de los incisivos superiores en el maxilar. El punto está marcado por una ligera bóveda natural y las arrugas del paladar. **La lengua no debe tener ningún contacto con los dientes incisivos. Esa postura así entrenada de la lengua deberá ser habitual, también durante el sueño.** El entrenamiento crea la musculatura necesaria para conseguirlo. (Fig. 2)

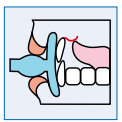


Fig. 2

¡La nuca deberá estar estirada!
Angulo de mentón/cuello: 90 grados. El cíngulo de los hombros se estabiliza sólo con estirar la nuca y con el equilibrio de la cabeza. **Esa posición de la cabeza deberá convertirse en costumbre.** (Fig. 3)

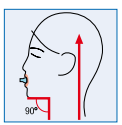


Fig. 3

¡Apretar los labios!
Con los labios comprimir fuertemente la cuña labial del Face Former. Mantener esa presión durante 6 segundos. Seguidamente relajar los músculos durante 6 segundos. **Mantener la posición de la lengua y la nuca estirada.** (Fig. 4)

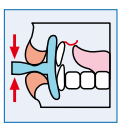


Fig. 4

¡Hay que respirar por la nariz!
A las 2–3 semanas de haber hecho el entrenamiento con el Face Former se notará una considerable mejora de la respiración nasal. De ser así, habrá que utilizar el Face Former también por la noche por lo menos durante 6 meses. **El objetivo es: Acostumbrarse y automatizar la respiración nasal.** (Fig. 5)

¡Cuidado con la mandíbula!
Evite desplazar la mandíbula al realizar los ejercicios. Los incisivos inferiores deberán quedar detrás de los superiores.

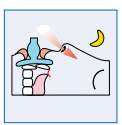


Fig. 5

Fácil empleo

Frecuencia de los entrenamientos: 3 veces diarias repartidas en el dia (por la mañana, a mediodia y por la noche). En los primeros dias se repetirá el ejercicio básico y el ejercicio de tracción respectivamente (cambiar entre los 3 ejercicios) 3 x por dia repetidos 8–10 veces. Entonces combinar 3 veces diarias el ejercicio básico con el de tracción (cambiar) y repetir ambos 20 veces. Aún cuando el deseado éxito se consiga ya a los pocos dias o semanas, se deberá continuar con los ejercicios por unos 6 meses más. Sólo así se automatizarán nuevos hábitos de comportamiento y nuevos movimientos, evitando las recidivas.

Atención: En todos los ejercicios aspirar y espirar de forma regular por la nariz.

Ejercicio 1 - Ejercicio básico

Relajar los labios colocándolos alrededor de la cuña labial. Ahora se comprime fuertemente la cuña labial con los labios, manteniéndola en esa postura durante 6 segundos. Seguidamente se afloja la presión de los labios. Los labios quedan sin tensión alrededor de la cuña labial. Lengua, cabeza y maxilares mantienen su posición correcta.

Fig. 1a Los labios se adaptan sin tensión a la cuña labial. Con ligera inversión de los labios hacia adelante (postura parecida de los labios al besar)

Fig. 1b Los labios aprietan con fuerza la cuña labial.

Ejercicios de tracción 2/3/4

La tensión y relajación de los músculos se completa con la formación de depresión o succión en la boca y en la faringe. Esto es importante para obtener éxito.

- Con dos dedos se estira la cuña labial hacia adelante (ejercicio 2), hacia abajo (ejercicio 3) y hacia arriba (ejercicio 4). La tracción se mantiene durante 6 segundos..
- Al estirar la cuña labial, ésta es fuertemente comprimida con los labios y el escudo oral es aspirado o succionado (se forma una alta depresión o succión en boca).
- Después de 6 segundos mantener aún la tensión, morder brevemente los molares y tragar una vez. Al estirar y tragar, mantener de manera concentrada la correcta posición de la lengua, mandíbula y cabeza. Entonces relajar de nuevo los labios durante 6 segundos. Mantener siempre todas las posiciones.

Ejercicio 1a

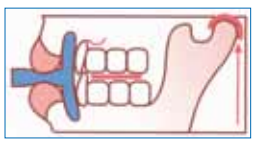
Ejercicio 1b

Ejercicio 2

Ejercicio 3

Ejercicio 4

Está bien saberlo



Al comprimir la cuña labial, los maxilares no tienen ningún tipo de contacto. Están en posición flotante. De esta manera las articulaciones temporomandibulares se inactivan. La mandíbula se centra, siendo así posible un entrenamiento armonioso de las mitades de la cara. Gracias a esa armonización se reducen considerablemente el bruxismo y el hábito a la presión e incluso se neutralizan[1].

[1] Berndsen, K.; Berndsen, S, Kopp, St..: Bruxism: Diagnosis and new ways of functional treatment by the Face Former Therapy. Journal of Orofacial Orthopedics, V. 70, Issue 5, 9.2009, S. 430

Higiene

El Face Former se limpia con facilidad enjuagándolo con agua caliente. Eventualmente puede utilizarse un cepillo dental. Además es posible limpiar el Face Former en agua hirviente.

Para memorizar

Esto tiene que convertirse en costumbre:

Punta de la lengua hacia arriba

Nuca estirada

Entrenamiento con el Face Former

ES

⚠ Por favor observe la etiqueta. Más indicaciones se hallan en internet en www.dentaurum.de (Explicación de los símbolos en las etiquetas REF 989-313-00).

Fecha de la información: 08/15
Nos reservamos el derecho de efectuar cambios

Egregio Cliente

La ringraziamo per aver scelto un prodotto Dentaurum di qualità.

Le consigliamo di leggere e di seguire attentamente queste modalità d'uso per utilizzare questo prodotto in modo sicuro ed efficiente.

In ogni manuale d'uso non possono essere descritti tutti i possibili utilizzi del prodotto e pertanto rimaniamo a Sua completa disposizione qualora intendesse ricevere ulteriori ragguagli.

Tutti i prodotti che commercializziamo sono il risultato di nuovi sviluppi tecnologici e quindi Le raccomandiamo di rileggere sempre attentamente le specifiche modalità d'uso allegate, anche in caso di ripetuto utilizzo dello stesso prodotto.

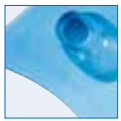
Produttore

Dentaurum GmbH & Co. KG
Turnstr. 31 I 75228 Ispringen I Germania

Avvertenze sulla qualità

La Dentaurum assicura la massima qualità dei prodotti fabbricati. Il contenuto di queste modalità d'uso è frutto di nostre personali esperienze e pertanto l'utilizzatore è responsabile del corretto impiego del prodotto. In mancanza di condizionamenti di Dentaurum sull'utilizzo del materiale da parte dell'utente non sussiste alcuna responsabilità oggettiva per eventuali insuccessi.

Face Former



La terapia con il Face Former sec. Berndsen/Berndsen è un concetto di trattamento neurofisiologico orientato su molteplici cause. Importanti elementi della terapia sono:

- attivazione della respirazione, funzioni delle vie respiratorie superiore ed inferiore
- attivazione delle funzioni muscolari interattive
- stimolazione delle funzioni neurocerebrali
- cambiamento del modello comportamentale
- correzioni funzionali
- armonizzazioni funzionali
- rinforzo della muscolatura orofacciale e faringea
- ottimizzazione della stabilità cranio-cervicale e sensomotoria
- ottimizzazione della statica corporale
- stimolazione del metabolismo

La terapia con il Face Former consiste in esercizi per la contrazione e la distensione muscolare, per la correzione e l'adattamento funzionale nonché per l'attivazione della funzione neurologica. I movimenti guidati e l'attivazione di compressioni in bocca e nella faringe sono elementi importanti per il raggiungimento di questi obiettivi.

La terapia ha un effetto positivo sulle funzioni nervose e muscolari nonché sui tessuti duri e molli del sistema orofacciale. Viene impiegata nelle disfunzioni orofacciali e cranio-mandibolari, nei disturbi miofunzionali e neurofunzionali, per la correzione e la stabilizzazione della postura di testa e corpo. La formazione del modello neurologico e della funzione muscolare, molto importanti per la masticazione, la deglutizione, la fonazione, la respirazione, il posizionamento dentale nonché per la mimica e la tensione epidermica, vengono sviluppati e ottimizzati. L'efficacia terapeutica del Face Former ai fini ortodontici, odontoiatrici, neurologici, logopedistici, fisioterapici, antidolorifici e nel trattamento antirussamento e delle apnee notturne, è dimostrata da varie ricerche[1,2] scientifiche. Effetti positivi si presentano già dopo breve tempo (2–3 settimane di terapia). Nella "Neuro-Cell-Stimulation-Therapy" (Berndsen/Berndsen) l'impiego del Face Former è un elemento importante. Il raffronto scientifico con altri metodi ha mostrato una significativa dominanza della terapia con il Face Former.

[1] Nieke, B.; Korbmacher, H.; Berndsen, S. u.a.: Evaluation of a new concept of functional therapy supporting orthodontic treatment. The International Journal Of Orofacial Myology (IAOM, International Association Orofacial Myology). 30th Anniversary Edition, Volume XXX, Page 39-52, November 2004

[2] Kopp, S.; Berndsen, K.; Berndsen, S.; Ifert, F.; Langbein, U.: Initiale Therapie myogener Befunde im kranio-mandibulären System mit einem konfektionierten Intra-/extraoralen Trainingsgerät. In: Manuelle Medizin, Band 42, Heft 1, Springer Verlag, Berlin/Heidelberg, Februar 2004, 55-61

Approccio neurofisiologico

Molte indicazioni

- Malposizione dentale
- Anomalie mascellari
- Bruxismo
- Problemi all'articolazione temporo-mandibolare
- Preparazione e adattamento alla protesi dentaria o alla riabilitazione implantare
- Disfunzioni linguali
- Disfunzioni nella deglutizione (disfagia)
- Disfunzioni masticatorie
- Abitudini viziate come il succhiamento del dito, il mordersi le labbra
- Indebolimento muscolare ed emiparesi della bocca/viso
- Respirazione atipica
- Russamento e apnea notturna
- Ipoacusia improvvisa, acufene, sindrome di Menière
- Problemi di compensazione pressoria nell'orecchio medio
- Rilassamento della pelle e dei muscoli del viso
- Problemi di rughe, doppio mento ecc.
- Dolori alla testa, al viso, al collo
- Disturbi neurologici (morbo di Parkinson, sclerosi multipla)
- Disturbi alla funzione neurocerebrale
- Diabete mellitus
- Elemento della terapia di stimolazione neuro-cellulare

Il Face Former e la terapia con il Face Former

Il Face Former è il brevettato apparecchio per gli esercizi dell'omonima terapia. Si tratta di un dispositivo medico, realizzato in siloprene morbido (privo di lattice), materiale utilizzato per scopi medici perché raramente ha evidenziato reazioni allergiche. La sua produzione è soggetta ad elevati standard qualitativi ed è sottoposta a costanti controlli. Consiste in uno scudo labiale dotato di prolungamento regolato su una forza elastica di media entità. In tal modo vengono esclusi carichi inopportuni con effetti negativi sul sistema funzionale del viso.

La terapia con il Face Former è di sostegno a terapie odontoiatriche, ortodontiche, otorino-laringoiatriche, di medicina generale ed interna, neurologiche, ortopediche, pediatriche, dermatologiche, logopedistiche, riabilitative, ergoterapiche ecc.

I risultati possono essere raggiunti dopo breve tempo, addirittura dopo pochi giorni. Un buon sviluppo può essere atteso dopo circa 4–16 settimane di esercizio giornaliero. Tuttavia l'intera terapia deve durare almeno 6 mesi ed in casi particolari anche più a lungo, in modo da automatizzare il nuovo modello di movimento e di comportamento e per ridurre il rischio di recidiva. Nei primi giorni di allenamento possono comparire dolori ai muscoli facciali; per evitarli, l'allenamento deve essere graduale.

Nei primi tre giorni solo 3 x 8–10 ripetizioni al giorno dell'esercizio di base e una dell'esercizio di trazione.

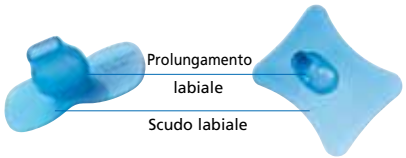
Successivamente si aumenta a 3 volte al giorno l'allenamento per 20 ripetizioni ognuna più un esercizio di trazione. Dopo ca. 2–3 settimane, se il paziente avverte un evidente miglioramento nella respirazione nasale, il Face Former può essere portato anche nelle ore notturne.

Poiché inizialmente è necessario modificare le abitudini acquisite, è normale che durante la notte il Face Former possa essere inavvertitamente fatto uscire dal cavo orale. Ciò può a volte accadere anche per 2–3 settimane. Solo quando il paziente si sveglia al mattino con il Face Former correttamente posizionato in bocca, si sarà certi di avere modificato l'abitudine della respirazione orale.

Adattamento del Face Former
Face Former anatomical e individual

Face Former anatomical
Il Face Former anatomical viene fornito nella dimensione standard e di norma non deve essere adattato. È il dispositivo ideale per la terapia convenzionale.

Face Former individual
Con il Face Former individual, invece, è necessario adattare lo scudo labiale alla bocca del paziente prima del suo utilizzo. La forma e la dimensione dello scudo possono essere realizzate semplicemente tagliando il materiale con un paio di forbici in quanto la consistenza del materiale permette un taglio preciso senza particolari problemi. Lo scudo deve rimanere sufficientemente grande per consentire un'ottimale ripartizione della pressione. L'adattamento e la natura del materiale provvedono all'efficace tenuta e all'eccellente comfort dello scudo.



Face Former anatomical
REF 074-101-00

Face Former individual
REF 074-100-00

Da tenere in considerazione

Modo corretto per eseguire gli esercizi!

Il Face Former deve esser posizionato nel vestibolo tra labbra e denti anteriori. Le labbra devono essere leggermente rivolte in avanti. Il prolungamento labiale deve essere orientato verso l'esterno. (Fig. 1)

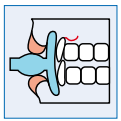


Fig. 1

Corretta posizione della lingua!

La punta della lingua deve essere posizionata sul palato pochi millimetri dietro gli incisivi superiori. Questa posizioneè contrassegnata da una piccola convessità naturale e da rughe palatine. La lingua non deve toccare gli incisivi. Tale posizione della lingua deve diventare quella abituale anche durante le ore notturne. L'esercizio sviluppa anche la necessaria muscolatura. (Fig. 2)

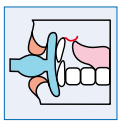


Fig. 2

Il collo è disteso!

Angolo tra mento e collo ca. 90 gradi. Il cingolo scapolaresi stabilizza da solo con la distensione del collo ed il bilanciamento del capo. **Questa postura deve diventare abituale.** (Fig. 3)

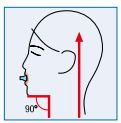


Fig. 3

Contrarre le labbra!

Schiacciare energicamente con le labbra il prolungamento labiale e mantenere la posizione per 6 sec. Successivamente rilassare le labbra per altri 6 sec. **Mantenere la posizione della lingua ed il collo disteso.** (Fig. 4)

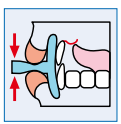


Fig. 4

La respirazione nasale!

Nell'arco di 2–3 settimane il regolare esercizio con il Face Former dovrebbe produrre un consistente miglioramente della respirazione nasale. Se ciò è ben percettibile, il Face Former può essere portato anche di notte per almeno 6 mesi. **Obiettivo: abituaree automatizzare la respirazione nasale.** (Fig. 5)

Fig. 5

Attenzione al mascellare inferiore!

Durante gli esercizi, la mandibola non deve essere protrusa. Gli incisivi inferiori devono rimanere dietro a quelli superiori.

Semplice impiego

Programma di esercizi: 3 volte al giorno (mattina, mezzogiorno, sera). Nei primi giorni di allenamento l'esercizio di base e l'esercizio di trazione (cambiare tra i 3 esercizi) devono essere eseguiti per 3 volte al giorno con 8–10 ripetizioni. Successivamente eseguire l'esercizio di base per 3 volte al giorno più almeno un esercizio di trazione con 20 ripetizioni ciascuno.
Anche se il risultato desiderato è stato raggiunto già dopo pochi giorni o settimane, gli esercizi devono continuare per almeno 6 mesi perché solo in questo modo viene automatizzato un nuovo modello di movimento/rapporto ed al tempo stesso evitata la recidiva.

Attenzione: durante gli esercizi inspirare ed espirare dal naso.

Esercizio 1 – Esercizio di base

Tenere le labbra rilassate attorno al prolungamento labiale. Comprimere fortemente con le labbra il prolungamento labiale e mantenere la tensione per 6 secondi. Successivamente cessare la pressione e rilassare le labbra per 6 secondi. Lingua, testa e mascellari devono essere mantenuti in posizione corretta.

Fig. 1 a Le labbra si adattano rilassate al prolungamento labiale, mettendosi leggermente rovesciate in avanti, come per baciare.

Fig. 1 b Le labbra comprimono con energia il prolungamento labiale.

Esercizio di trazione 2/3/4

La pressione e la decompressione dei muscoli viene completata mettendo sottopressione bocca e faringe. Ciò è importante per raggiunge l'obiettivo.

- Tirare in avanti con le dita il prolungamento labiale (esercizio 2), tirarlo verso il basso (esercizio 3) e poi verso l'alto (esercizio 4), mantenendo la trazione per 6 secondi.
- Durante la trazione il prolungamento labiale deve essere schiacciato con le labbra e succhiato con forza (elevata pressione in bocca).
- Mantenere ancora la tensione dopo 6 secondi, serrare brevemente i premolari e deglutire. Durante la trazione e la deglutizione, concentrarsi sulla corretta posizione di lingua, testa e mascellari. Successivamente rilassare le labbra per 6 secondi, mantenendo inalterate tutte le altre posizioni.

Esercizio 1a

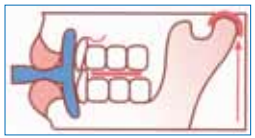
Esercizio 1b

Esercizio 2

Esercizio 3

Esercizio 4

Da sapere



Durante la compressione del prolungamento labiale le arcate dentali non sono a contatto tra loro, ma si trovano in una posizione di equilibrio. Contemporaneamente anche le articolazioni sono in scarico. La mandibola va in centrica se è possibile un allenamento armonico emifacciale. Con l'armonizzazione anche il digrignare ed il serraggio dei denti viene notevolmente diminuito se non addirittura eliminato[1].

[1] Berndsen, K.; Berndsen, S, Kopp, St..: Bruxism: Diagnosis and new ways of functional treatment by the Face Former Therapy. Journal of Orofacial Orthopedics, V. 70, Issue 5, 9.2009, S. 430

Igiene

Il Face Former può esser facilmente pulito sotto acqua corrente calda. All'occorrenza può risultare utile l'uso di uno spazzolino da denti. Se necessario il Face Former può anche essere pulito in acqua bollente.

Da memorizzare!

Cosa deve diventare un'abitudine:

Punta della lingua verso l'alto

Allungamento del collo

Allenamento con il Face Former

IT

⚠ Si prega di osservare quanto riportato sull'etichetta. Ulteriori indicazioni sono disponibili nel sito internet www.dentaurum.de (spiegazione dei simboli REF 989-313-00).

Data dell'informazione: 08/15
Con riserva di apportare modifiche

Notizen I Notes I Notes I Notas I Note

Für Ihre Fragen zur Verarbeitung unserer Produkte steht Ihnen unser Customer Support gerne zur Verfügung.

Hotline Tel.-Nr. Festsitzende Technik	**+49 7231 / 803 - 550**
Hotline Tel.-Nr. Herausnehmbare Technik	**+49 7231 / 803 - 555**
Telefonische Auftragsannahme	**+49 7231 / 803 - 210**

Mehr Informationen zu Dentaurum-Produkten finden Sie im Internet.

www.dentaurum.com

CE

Stand der Information:
Date of information:
Mise à jour :
Fecha de la información:
Data dell'informazione:

08/15

989-541-00 Printed by Dentaurum Germany 08/15/B/R1-6

DENTAURUM

Turnstr. 31 I 75228 Ispringen I Germany I Tel. +49 7231 / 803 - 0 I Fax +49 7231 / 803 - 295
www.dentaurum.com I info@dentaurum.com